



Заведующая
МАДОУ "Детский сад №82"
/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ
10 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		КАША "ГЕРКУЛЕС" НА МОЛОКЕ <small>(геркулес, молоко, масло сливочное, соль, сахарный песок)</small>	150	5,7	7,2	20,2	169	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/5	2,3	4,3	14,5	106	0
		КАКАО С МОЛОКОМ <small>(молоко, какао, сахарный песок)</small>	150	3,4	3	13,2	94	0,6
Итого			335	11,4	14,5	47,9	369	1,2
II Завтрак								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	16,5	75	4,5
Итого			150	0,8	0,2	16,5	75	4,5
Обед								
		БОРЩ С КУРОЙ, СО СМЕТАНОЙ <small>(капуста свежая, картофель, морковь, свекла, сметана, мясо птицы, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, соль)</small>	150	6,4	7,2	9,2	128	8,8
		ТЕФТЕЛЯ (РЫБА) <small>(рыба свежая (минтай), яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничный, соль, масло растительное, рис)</small>	70	14,6	3,9	8,1	126	0,2
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ <small>(горох, масло сливочное, соль)</small>	100	8,9	4,6	18,6	152	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	150			7,6	30	22,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	40	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			510	32,6	16,1	60,7	519	31,4
Полдник								
		МОЛОКО <small>(молоко)</small>	150	4,2	3,6	6,9	77	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,7	5,5	21,4	158	0,8
Ужин								
		ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА <small>(яйца куриные (шт.), капуста свежая, манка, молоко, масло растительное, масло сливочное, соль, лук репчатый)</small>	220	6,7	9,9	15,8	180	27,7
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	150	0,2		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2,2	0,2	14,8	70	0
Итого			400	9,1	10,1	38,6	282	27,7
Всего				59,6	46,4	185,1	1403	65,6



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ
10 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		КАША "ГЕРКУЛЕС" НА МОЛОКЕ <small>(геркулес, молоко, масло сливочное, сахарный песок, соль)</small>	200	5,7	7,4	19,9	170	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/6	2,3	5,3	14,6	116	0
		КАКАО С МОЛОКОМ <small>(молоко, какао, сахарный песок)</small>	200	3,6	3,1	14,5	101	0,6
Итого			436	11,6	15,8	49	387	1,2
II Завтрак								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	16,5	75	4,5
Итого			150	0,8	0,2	16,5	75	4,5
Обед								
		БОРЩ С КУРОЙ, СО СМЕТАНОЙ <small>(мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, свекла, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)</small>	200	7,5	10,1	10,9	165	10,8
		ТЕФТЕЛЯ (РЫБА) <small>(рыба свежая (минтай), яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничный, соль, масло растительное, рис)</small>	70	16,8	4,6	9,9	149	0,3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ <small>(горох, масло сливочное, соль)</small>	130	11,2	5,1	23,4	184	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	200			8,9	36	19,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	50	3,3	0,5	21,4	103	0
Итого			650	38,8	20,3	74,5	637	30,7
Полдник								
		МОЛОКО <small>(молоко)</small>	150	4,2	3,6	6,9	77	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,7	5,5	21,4	158	0,8
Ужин								
		ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА <small>(капуста свежая, яйца куриные (шт.), манка, молоко, масло растительное, масло сливочное, соль)</small>	220	6,6	10,2	15,8	183	27,7
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	200	0,2		9,3	38	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2,2	0,2	14,8	70	0
Итого			450	9	10,4	39,9	291	27,7
Всего				65,9	52,2	201,3	1548	64,9